

FIȘA DISCIPLINEI

Strategii de dezvoltare personală în învățământul primar și preșcolar

Anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai din Cluj Napoca
1.2. Facultatea	Psihologie și Științe ale Educației
1.3. Departamentul	Științe ale Educației
1.4. Domeniul de studii	Științe ale Educației
1.5. Ciclu de studii	Licență
1.6. Programul de studii / Calificarea	Pedagogia învățământului primar și preșcolar
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			Strategii de dezvoltare personală în învățământul primar și preșcolar				Codul disciplinei	PLR4416
2.2. Titularul activităților de curs			Conf. Univ. Dr. Crișan Claudia					
2.3. Titularul activităților de seminar			Asist. Univ. Dr. Ungurășan Denisa					
2.4. Anul de studiu	2	2.5. Semestrul	4	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DS	

3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1. Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2. curs	1	3.3. seminar/ laborator/ proiect	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5. curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					22 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					8
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					4
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat (consiliere profesională)					0
Examinări					2
Alte activități					0
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				22	
3.8. Total ore pe semestru				50	
3.9. Numărul de credite				2	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Parcursarea curriculumului aferent disciplinelor Teoria și metodologia curriculumului, Teoria și metodologia evaluării didactice, Teoria instruirii, Strategii de dezvoltare a gândirii critice, Managementul învățării eficiente, Psihologie generală și psihologia dezvoltării, Psihologia personalității
4.2. de competențe	-

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală de seminar dotată cu tablă, videoproiector, ecran, laptop/PC, conexiune la Internet, flipchart
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Sală de seminar dotată cu tablă, videoproiector, ecran, laptop/PC, conexiune la Internet, flipchart

6.1. Competențele specifice acumulate¹

Competențe profesionale/esențiale	CP1. Proiectarea activităților instructiv-educative specifice învățământului primar și preșcolar CP2. Managementul activităților instructiv-educative specifice învățământului primar și preșcolar
Competențe transversale	CT1. Comunicarea și cooperarea în contexte profesionale

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentul cunoaște și valorifică în proiectarea didactică paradigme pedagogice contemporane (de ex. învățământ centrat pe elev, învățământ centrat pe competențe). Studentul cunoaște și utilizează strategii didactice diverse, relevante și care susțin învățarea în rândul elevilor, preșcolarilor și antepreșcolarilor. Studentul cunoaște și utilizează strategii pedagogice pentru dezvoltarea gândirii critice, pentru dezvoltarea metacognitivă și dezvoltarea socio-emoțională a elevilor și preșcolarilor. Studentul cunoaște elemente de psihologie, de psihologie educațională și a dezvoltării, pe care le valorifică în activitățile educative cu elevii și preșcolarii.
Aptitudini	Studentul este capabil să proiecteze activități didactice pentru domeniile experiențiale specifice învățământului preșcolar, cu focalizare pe finalitățile domeniilor de dezvoltare. Studentul este capabil să realizeze proiecte didactice, pentru învățământul primar și preșcolar, valorificând diverse modele de integrare curriculară. Studentul este capabil să realizeze proiecte de intervenție pentru dezvoltarea socio-emoțională a elevilor. Studentul este capabil să selecteze și adapteze conținutul lecțiilor și al activităților educative, prin raportare la specificul învățării și la finalitățile urmărite. Studentul este capabil să utilizeze strategii de comunicare asertivă și non-violentă cu elevii și preșcolarii.
Responsabilități și autonomie	Studentul are capacitatea de a lucra independent pentru a planifica formarea graduală a achizițiilor cognitive, socio-emoționale, psihomotrice și valorice ale elevilor și preșcolarilor prin realizarea planificării calendaristice și prin proiectarea unităților de învățare și a lecțiilor/activităților didactice Studentul are capacitatea de a lucra independent pentru proiecta activități didactice în cadrul disciplinelor școlare specifice învățământului primar, respectând principiul centrării pe formarea competențelor.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Familiariza studenților cu elementele conceptuale și metodele fundamentale ale domeniului dezvoltării personale, atât la nivel preșcolar, cât și primar prin încadrarea disciplinei în curriculum, identificarea specificului activităților de dezvoltare personală și diferențierea acestora în funcție de ciclul de învățământ
---------------------------------------	--

¹ Se poate opta pentru competențe sau pentru rezultatele învățării, respectiv pentru ambele. În cazul în care se alege o singură variantă, se va șterge tabelul aferent celeilalte opțiuni, iar opțiunea păstrată va fi numerotată cu 6.

7.2 Obiectivele specifice	• Identificarea și analiza principalelor teorii care stau la baza dezvoltării personale. • Descrierea contextelor educaționale în care se desfășoară activitățile de dezvoltare personală în context educațional. • Aplicarea unor metode și strategii didactice pentru predarea conținuturilor disciplinei Dezvoltare personală.
----------------------------------	---

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Dezvoltare personală 1.1. Dezvoltarea personală- delimitări conceptuale și teorii care stau în spatele constructului 1.2. Caracteristicile personale care facilitează succesul și starea de bine	Expunerea Prelegerea interactivă Conversația euristică Explicația Reflecția individuală și colectivă	Conturarea unui mediu prietenos de învățare, unde studenții să fie motivați intrinsec să participe activ și să își asume responsabilitatea propriei dezvoltări
2. Dezvoltare personală – încadrarea disciplinei la nivel de curriculum școlar 2.1. Scurt istoric al abordării conceptului de dezvoltare personală la nivel curricular 2.2. Specificul activităților de dezvoltare personală la nivel preșcolar (rutine, tranziții, activități de după-amiază, opționale) 2.3. Specificul activităților de dezvoltare personală la nivel primar	Conversația euristică Reflecția individuală și colectivă Explicația Problematizarea	Conturarea unui mediu prietenos de învățare, unde studenții să fie motivați intrinsec să participe activ și să își asume responsabilitatea propriei dezvoltări
3. Conținuturile disciplinei Dezvoltare personală nivel preșcolar și primar 3.1. Autocunoașterea și stil de viață sănătos 3.2. Inteligența socio-emoțională 3.3. Aspecte specifice ale organizării învățării și pregătirii pentru viața a școlarului mic. 3.4. Învățarea autoreglată	Conversația euristică Reflecția individuală și colectivă Explicația Problematizarea Film didactic	Valorificarea achizițiilor anterioare ale studenților Valorificarea experienței didactice a studenților care lucrează în învățământ
4. Metodologia predării disciplinei Dezvoltare personală, nivel preșcolar și primar 4.1. Contextul de realizare a activităților de dezvoltare personală 4.2. Metode și strategii didactice utilizate în activitățile de dezvoltare personală	Conversația euristică Reflecția individuală și colectivă Explicația Problematizarea	Valorificarea achizițiilor anterioare ale studenților Valorificarea experienței didactice a studenților care lucrează în învățământ

Bibliografie

Anthony R. (2019). Secretele supreme ale încrederii în sine. ACT și Politon
 Barrett L.F. (2017) Cum iau naștere emoțiile. Viața secret a creierului. ASCR
 Bernat, S.E. (2003) – Tehnica învățării eficiente, Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca;
 Branden N (2008) Cei șase stâlpi ai încrederii în sine. Amsta Pupliching
 Burka J.B. & Yuen L. M. (2019). Cum să nu mai întârzi. Tot ce trebuie să știi despre procrastinare. Philobia
 Cain S. (2013) Linișteee! Puterea introverților într-o lume asurzitoare. Paralela 45
 Cain S. Mone G. & Moroz E. (2016) Puterea tăcută. Forța secretă a introverților. Pandora Publishin
 Crețu T, (2005) Psihologia copilului . Program universitar de formare în domeniul PIPP adresat cadrelor didactice din mediul rural.
 Dreck, C.S. (2017) Mindset, ed. A 2-a, Curtea Veche
 Duckworth A (2016) Grit. Puterea, pasiunii și a perseverenței. Publica
 Dutton K. (2020) Gândirea în alb și negru. Despre alegeri binare într-o lume complexă. Globo
 Gilbert, P. (2020) Compasiunea și mintea umană. Curtea Veche
 Glava A., Pocol M., Tătaru L. L. (2009), „Educația timpurie. Ghid metodic pentru aplicarea curriculumului preșcolar”. Editura Paralela 45, Pitești
 Greitens E. (2020) Reziliența. Înțelepciunea câștigată cu greu pentru a trăi o viață bună. ACT și Politon
 Hattien J., (2014), Învățarea vizibilă. Ghid pentru profesori, Ed. Trei, București
 Howes L. (2024) The greatness mindset. Deblochează puterea uimitoare a minții tale. Bookzone
 ISD (2015) Repere pentru proiectarea și actualizarea curriculumului național, Document de politici educaționale
 Lemeni G., (2001) Strategii de învățare în Consiliere educațională – ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere, Ed. Ardealul, Cluj-Napoca
 MECT (2008) Curriculum pentru educația timpurie a copiilor de la 3 la 6/7 ani

Mih V. (2015) „Psihologie educațională” , editura ASCR Negruț-Dobridor I. & Pânișoară I-O. (2008) Știința Învățării. De la teorie la practică. Polirom Programa școlară pentru disciplina DEZVOLTARE PERSONALĂ (Clasa pregătitoare, clasa I și clasa a II-a) (2013), București Sălăvăstru D. (2009) Psihologia învățării. Teorii și aplicații educaționale. Polirom Schiraldi, G.R. (2019) Manualul stimei de sine. Curtea Veche Senge P. (2012)., Școli care învață. A cincea disciplină aplicată în educație. Ed. Trei, București Shapiro L.E. (2016) Inteligența emoțională a copiilor. Polirom		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Caracteristicile personale care facilitează succesul și starea de bine	Problematizare Conversație euristică Analiză documente	Valorificarea achizițiilor anterioare ale studenților
Documente curriculare cu trimitere spre conceptul de dezvoltare personală	Problematizare Conversație euristică Analiză documente	Valorificarea experienței didactice a studenților care lucrează în învățământ
Planificarea calendaristică Disciplina Dezvoltare personală	Dezbateri Reflecție personală Exercițiul Învățarea prin colaborare	Întocmire documente
Elaborare proiecte didactice pentru activități de Autocunoaștere la nivel preșcolar și primar	Dezbateri Reflecție personală Exercițiul Învățarea prin colaborare	Întocmire proiecte de activitate și susținerea acestora
Elaborare proiecte didactice pentru activități ce implică dezvoltarea socio-emoțională la nivel preșcolar și primar	Dezbateri Reflecție personală Exercițiul Învățarea prin colaborare	Întocmire proiecte de activitate și susținerea acestora
Elaborare proiecte didactice pentru activități ce implică dezvoltarea managementului învățării	Dezbateri Reflecție personală Exercițiul Învățarea prin colaborare	Întocmire proiecte de activitate și susținerea acestora
Elaborarea de opționale în sfera dezvoltării personale a copiilor din ciclul preșcolar și primar	Problematizare Conversație euristică Analiză documente	Întocmire programe opțional și susținerea acestora
Bibliografie Benga O., Băban A., Opre A., (2015), Strategii de prevenție a problemelor de comportament, Ed. ASCR, Cluj Napoca Bernat, S.E. (2003) – Tehnica învățării eficiente, Presa Universitară Clujeană, Cluj-Napoca; Bleade, Ph. (2019). Cum să predai – Strategii didactice. Editura Didactica Publishing House. București. Brown P.C, Roediger H.L. & McDaniel M.A. (2021) Învăță să înveți. ASCR Buzgar, R. (coord.) (2020). Călătorie în lumea emoțiilor – Ghid de activități pentru dezvoltarea competențelor socio-emoționale pentru elevii din clasele I-II. Aspire Teachers. București. Glava A., Pocol M., Tătaru L. L. (2009), „Educația timpurie. Ghid metodic pentru aplicarea curriculumului preșcolar”. Editura Paralela 45, Pitești ISD (2015) Repere pentru proiectarea și actualizarea curriculumului național, Document de politici educaționale Ionescu, M. (coord.) (2010). Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului de la naștere la 7 ani. Vanemonde. București. Jucan, D., Muste, D., & Ungurășan, D. (coord.) (2024), Proiectarea didactică în învățământul primar și preșcolar. Presa Universitară Clujeană. Cluj-Napoca. Jucan, D., Muste, D., & Ungurășan, D. (coord.) (2023), Proiectarea didactică în învățământul primar. Modele practice actuale. Presa Universitară Clujeană. Cluj-Napoca. Lemeni G., (2001) Strategii de învățare în Consiliere educațională – ghid metodologic pentru orele de dirigiență și consiliere, Ed. Ardealul, Cluj-Napoca MECT (2008) Curriculum pentru educația timpurie a copiilor de la 3 la 6/7 ani Curriculum pentru Educația timpurie (2019) https://www.edu.ro/sites/default/files/Curriculum%20ET_2019_aug.pdf Nell M., Drew W. (2016) De la joc la Învățare. Cum folosim jocul didactic în educația timpurie, Ed. Trei, București		

Opre A., Benga O., Băban A. (2015) Managementul comportamentelor și optimizarea motivației pentru învățare, Ed. ASCR, Cluj-Napoca

Pânișoară, I.-O. (coord.) (2024). Enciclopedia metodelor de învățământ. Ediția a II-a. Editura Polirom. Iași.

Programa școlară pentru disciplina DEZVOLTARE PERSONALĂ (Clasa pregătitoare, clasa I și clasa a II-a) (2013), București

Senge P. (2012)., Școli care învață. A cincea disciplină aplicată în educație. Ed. Trei, București

Vatamanu A.I. & Pohonțu A.C. (2022) Cartea secretă a adolescenților remarcabili. 10 idei extraordinare pentru o mentalitate de învingător Learnable

Vernom A., (2006). Dezvoltarea inteligenței emoționale. Educație rațional-emoțională și comportamentală clasele I-IV, editura ASCR

Visu-Petra L., Cheie L. (2012), Dezvoltarea memoriei de lucru. Mapa cu materiale de lucru Ed. ESCR

Resurse digitale:

Articole de specialitate:

- <https://www.apa.org/search?query=self+esteem&sort=Relevance&page=1>

Manuale școlare în vigoare:

- <https://manuale.edu.ro/manuale/Clasa%20a%20II-a/Dezvoltare%20personala/Uy5DLiBDRCBQcmVzcyBT/book.html?book#0>
- <https://manuale.edu.ro/manuale/Clasa%20a%20II-a/Dezvoltare%20personala/RWRpdHVyYSBEaWRhY3Rp/>
- <https://manuale.edu.ro/manuale/Clasa%20a%20II-a/Dezvoltare%20personala/R3j1cCBFZGl0b3lpYWwg/>
- <https://manuale.edu.ro/manuale/Clasa%20a%20II-a/Dezvoltare%20personala/Uy5DLiBBcmFtaXMgUHlp/>

Resurse educaționale deschise (RED):

- <https://digital.educared.ro/>
- <https://www.youtube.com/primareducared>
- <https://positivepsychology.com/empathy-worksheets/>
- <https://worldathome.brighthorizons.com/preschool>
- <https://worldathome.brighthorizons.com/school-age>
- <https://www.stepbystep.ro/programe/initiativa-bunelor-practici-ghidul-grupeii-mari/>
- <https://www.stepbystep.ro/programe/impreuna-online-puternici-offline/repere-metodice-planificari-resurse-digitale-realizate-de-cadre-didactice/>
- <https://www.teachhub.com/teaching-strategies/2019/09/new-thinking-about-emotional-intelligence/>

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conținuturile disciplinei sunt corelate cu cerințele comunității academice și profesionale prin:

- Incorporarea recomandărilor Consiliului Europei privind educația și dezvoltarea personală.
- Adaptarea programelor școlare la nevoile pieței muncii și cerințele angajatorilor din domeniul educației și consilierii.
- Integrarea unor competențe cheie precum autocunoașterea, managementul carierei și dezvoltarea socio-emoțională

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Corectitudinea răspunsurilor	Examen scris	50%
10.5 Seminar/laborator	Capacitatea de a realiza analize reflexive și critic-constructive, inferențe, transferuri cognitive și exerciții aplicative	Portofoliu activități aplicative	50%

	Elaborarea proiectelor de activitate/ de lecție conform unor cerințe specifice date		
--	---	--	--

10.6 Standard minim de performanță

- Cunoașterea conceptelor de bază proprii disciplinei și sesizarea interdependențelor dintre ele.
- Aplicarea achizițiilor în oferirea de exemple, în conceperea de ilustrări, realizarea exercițiilor aplicative, elaborarea de lucrări.
- Valorificarea achizițiilor proprii altor discipline pedagogice studiate în paralel, prin oferirea de exemplificări și de ilustrații practice.
- Asimilarea de noțiuni teoretice și practice, de comportamente și atitudini, într-un demers coerent, reflectat de curriculum universitar, în conformitate cu prevederile cadrului național al calificărilor din învățământul superior

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)²

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
								

Data completării:
Aprilie 2025

Semnătura titularului de curs

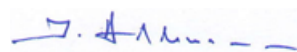


Semnătura titularului de seminar



Data avizării în departament:
Aprilei 2025

Semnătura directorului de departament



² Păstrați doar etichetele care, în conformitate cu [Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic](#), se potrivesc disciplinei și ștergeți-le pe celelalte, inclusiv eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă - dacă nu se aplică. Dacă nicio etichetă nu descrie disciplina, ștergeți-le pe toate și scrieți "Nu se aplică".